

## 大学生群体性孤独现状及影响因素分析

王晓玉, 赖小冰, 丁涛, 罗江洪

(赣南医科大学公共卫生与健康管理学院, 江西 赣州 341000)

**摘要:**目的:了解大学生群体性孤独现状,分析其影响因素,为大学生群体性孤独的干预提供科学依据。方法:采用分层整群抽样方法,以年级和专业作为分层变量,将全校学生划分为不同层级,采用随机抽样法,从每个层级中随机抽取1~2个班的全体学生为研究对象。使用一般情况调查表、大学生群体性孤独量表进行问卷调查,采用多元线性回归分析方法分析群体性孤独的影响因素。结果:共发放问卷2400份,收回有效问卷2208份,有效回收率92.00%。男大学生群体性孤独得分高于女大学生( $P<0.05$ );不同年级大学生群体性孤独得分差异有统计学意义( $P=0.002$ ),大四学生群体性孤独得分低于其他年级( $P<0.05$ ),其他组间差异无统计学意义( $P>0.05$ );不同日均社交媒体使用时长的学生,其群体性孤独得分差异有统计学意义( $P<0.001$ ),且使用时长 $>6$ h的大学生群体性孤独得分高于其他使用时长大学生( $P<0.001$ );有留守经历的大学生群体性孤独得分高于无留守经历的大学生( $P<0.05$ )。多元线性回归分析结果显示男性、有留守经历、平均每天社交媒体使用时间较长是大学生群体性孤独的危险因素。结论:预防大学生群体性孤独,需重点关注男大学生、有留守经历、社交媒体使用时间较长的大学生群体,并制定针对性措施。

**关键词:**大学生;人口群体;群体性孤独;影响因素分析

中图分类号:B841;G444 文献标志码:A 文章编号:2097-7174(2025)11-1072-04

DOI:10.3969/j.issn.2097-7174.2025.11.008

## Analysis of the current status and influencing factors of group loneliness among college students

WANG Xiao-yu, LAI Xiao-bing, DING Tao, LUO Jiang-hong

(School of Public Health and Health Management, Gannan Medical University, Ganzhou, Jiangxi 341000)

**Abstract: Objective:** To evaluate the current status of group loneliness among college students in China, identify the determinants contributing to this phenomenon, and establish an empirical foundation for devising targeted prevention and intervention strategies. **Methods:** A stratified cluster sampling method was adopted, with grade and major as stratification variables, to divide all students in the school into different strata. Then, a random sampling method was used to randomly select all students from 1 to 2 classes in each stratum as the research subjects. A general situation questionnaire and the College Students' Group Loneliness Scale were used for the questionnaire survey. The influencing factors of group loneliness were analyzed by multiple linear regression analysis. **Results:** A total of 2400 questionnaires were distributed, 2208 valid questionnaires were obtained, with a valid recovery rate of 92.00%. Male college students had a higher score of group loneliness than female college students ( $P<0.05$ ); There was a statistically significant difference in the scores of group loneliness among college students of different grades ( $P=0.002$ ). The group loneliness score of senior students (fourth-year undergraduates) was lower than that of students in other grades ( $P<0.05$ ), while there was no statistically significant difference among the other groups ( $P<0.05$ ); There was a statistically significant difference in the score of group loneliness among college students with different average daily social media usage time ( $P<0.001$ ), and the score of group loneliness of college students with usage time  $>6$  hours was higher than that of others ( $P<0.001$ ); College students with a history of being left behind had a higher score of group loneliness than those without such a history ( $P<0.05$ ). The

基金项目:江西省高校人文社会科学研究项目(XL19102)

通信作者:罗江洪,女,博士,教授,研究方向:青少年心理健康。E-mail:Luojh1212@gmu.edu.cn

results of multiple linear regression analysis showed that being male, having a history of being left behind, and longer average daily social media usage time were risk factors for group loneliness among college students. **Conclusion:** To prevent group loneliness among college students, special attention should be paid to male college students, those with a history of being left behind, and those who spend a long time on social media, and targeted measures should be formulated.

**Key words:** College student; Population groups; Group loneliness; Root cause analysis

中国互联网络信息中心最新报告显示<sup>[1]</sup>,我国网民规模已达 11.08 亿人,互联网普及率达 78.6%。社交媒体基于互联网的发展而兴起,QQ、微信等平台的广泛应用使人际交往模式由现实社交拓展为网络社交与现实社交相结合的社交新形态,丰富了人际交往的形式,满足了现代人的不同社交情感需求,但也带来了新的社会心理问题。网络社交过度发展可能挤占现实交往时间,弱化个体的面对面社交能力,阻碍深度情感交流,可能加剧个体的孤独体验,甚至诱发焦虑、抑郁等心理健康问题。美国学者雪莉·特克尔<sup>[2]</sup>将这种矛盾现象定义为“群体性孤独”,即现代人在社交环境中因过度依赖数字技术而陷入情感孤立的一种普遍心理状态。

大学生作为社交媒体使用的主体,呈现出典型的“网络社交活跃、现实社交退缩”特征,更容易受到群体性孤独的影响。这种状态不仅危害其身心健康,还可能对其现实交往能力产生长期负面影响。基于此,本研究选取某医学院校在校大学生为调查对象,旨在分析大学生群体性孤独的现状及其影响因素,进而为制定大学生群体性孤独的针对性干预措施提供依据,并为社交媒体环境下促进大学生社交健康提出可行性建议。

## 1 资料与方法

**1.1 研究对象** 采用分层整群抽样方法,以年级和专业作为分层变量,将全校学生划分为不同的层级。随后,采用随机抽样法,从每个层级中随机抽取 1~2 个班。最终,被抽中班级的所有在校学生构成本研究对象。

**1.2 方法** 在征得在校大学生知情同意后,采用不记名方式,统一集中在教室内进行问卷调查,并当场收回问卷,进行问卷填写质量核查。问卷内容包括基本情况及大学生群体性孤独程度:(1)基本情况:包括性别、年级、是否为独生子女、父母文化程度、生源地、留守经历、常使用的社交媒体及使用时长、使用目的等;(2)大学生群体性孤独程度:采用《大学生群体性孤独量表》<sup>[3]</sup>测量大学生群体性孤独程度。共 24 个条目,涵盖虚拟交往、现实交往

和情感体验 3 个维度,能较全面反映当下大学生群体性孤独情况,具有群体筛查适用性,得分越高代表群体性孤独程度越重。经评估,本量表具有良好的效度和信度,Cronbach's  $\alpha$  系数=0.895。

**1.3 统计学处理** 使用 SPSS 26.0 软件进行统计分析。符合正态分布的计量资料采用均数 $\pm$ 标准差表示,两组间比较采用  $t$  检验,多组间比较采用单因素方差分析。群体性孤独的影响因素采用多元线性回归分析。检验水准  $\alpha=0.05$ 。

## 2 结果

**2.1 一般情况** 共发放问卷 2 400 份,收回有效问卷 2 208 份,问卷有效回收率为 92.00%。调查对象中,男生 1 107 人(50.14%),女生 1 101 人(49.86%);大一学生 644 人(29.17%),大二学生 641 人(29.03%),大三学生 669 人(30.30%),大四学生 254 人(11.50%);生源地为城市 516 人(23.37%),县镇(乡)556 人(25.18%),农村 1 136 人(51.45%);有留守经历 951 人(43.07%),无留守经历 1 257 人(56.93%)。

**2.2 大学生群体性孤独现状** 男大学生群体性孤独得分高于女大学生( $P<0.05$ );不同年级大学生群体性孤独得分差异有统计学意义( $P=0.002$ ),且大四学生群体性孤独得分低于其他年级( $P<0.05$ ),其他组间差异无统计学意义( $P>0.05$ );不同日均社交媒体使用时长的学生,其群体性孤独得分差异有统计学意义( $P<0.001$ ),且使用时长 $>6$  h 的大学生群体性孤独得分高于其他使用时长者( $P<0.001$ );有留守经历的大学生群体性孤独得分高于无留守经历的大学生( $P<0.05$ )。见表 1。

**2.3 大学生群体性孤独影响因素多元线性回归分析** 以大学生群体性孤独总分为因变量,以性别、年级、留守经历、平均每天社交媒体使用时长为自变量,赋值后进行多元线性回归分析,赋值情况见表 2。多元线性回归分析结果显示,男性、有留守经历、日均社交媒体使用时间较长是大学生群体性孤独的危险因素。见表 3。

表1 不同特征大学生群体性孤独得分比较( $n=2\ 208$ )

变量	$n$	群体性孤独 总得分/分, $\bar{x}\pm s$	$t/F$	$P$	变量	$n$	群体性孤独 总得分/分, $\bar{x}\pm s$	$t/F$	$P$
性别			2.160	0.031	独生子女			-1.080	0.280
男	1 107	63.22±12.23			是	436	62.13±12.84		
女	1 101	62.13±11.31			否	1 772	62.81±11.52		
父亲文化程度			1.365	0.252	母亲文化程度			0.879	0.451
小学及以下	351	63.67±11.92			小学及以下	724	62.75±11.16		
初中	932	62.29±11.59			初中	867	62.54±11.72		
高中	562	62.46±11.54			高中	384	63.36±12.66		
大学及以上	363	63.06±12.53			大学及以上	233	61.83±12.51		
年级			5.138	0.002	日均社交媒体使用时长			12.423	<0.001
大一	644	62.47±11.37 <sup>①</sup>			<0.5 h	108	61.19±13.98 <sup>②</sup>		
大二	641	62.64±11.31 <sup>①</sup>			0.5 h~	719	60.94±11.62 <sup>②</sup>		
大三	669	63.77±12.74 <sup>①</sup>			2 h~	857	62.95±11.10 <sup>②</sup>		
大四	254	60.42±11.13			4 h~	339	63.63±10.86 <sup>②</sup>		
生源地			1.398	0.247	>6 h	185	67.32±14.17		
城市	516	61.92±12.67			留守经历			2.154	0.031
县镇/乡	556	62.98±11.82			有	951	63.30±11.44		
农村	1 136	62.87±11.36			无	1 257	62.21±12.03		

注:与大四学生比较,<sup>①</sup> $P<0.05$ ;与平均每天社交媒体使用时长>6 h学生比较,<sup>②</sup> $P<0.001$ 。

表2 大学生群体性孤独影响因素的自变量赋值

自变量	赋值方式
性别	男=1;女=0
年级	大一=(0,0,0);大二=(1,0,0);大三=(0,1,0);大四=(0,0,1)
留守经历	有=1;无=0
平均每天社交媒体使用时长	<0.5 h=1;0.5 h~ =2;2 h~ =3;4 h~ =4;>6 h=5

表3 大学生群体性孤独影响因素的多元线性回归分析

变量	回归系数	标准误	标准化回归系数	$t$	$P$
常量	61.820	1.360		45.447	<0.001
性别	1.668	0.503	0.071	3.316	0.001
年级	0.035	0.249	0.003	0.142	0.887
留守经历	1.101	0.501	0.046	2.198	0.028
平均每天社交媒体使用时长	1.782	0.252	0.151	7.081	<0.001

### 3 讨论

本研究发现,男大学生群体性孤独水平高于女大学生。可能与性别社会化及男女性别的社会角色期待不同有关<sup>[4-5]</sup>。在社会关系中,女性的行为和情感通常被塑造为安静顺从、积极寻求社会帮助等特征,因而女性的社会适应性人格比例更高,群体性孤独感更低;而男性通常被塑造为独立坚强、被人信任依靠且不轻易表达自身情感需求的社会

形象,向他人倾诉可能被视为心理脆弱的表现,因此在遇到负性生活事件时,更倾向于独立解决问题或回避问题<sup>[6]</sup>。社交媒体具有虚拟性和隐藏性,能为男性提供不被打扰和评价的空间,使其更易表达自我,当男性通过社交媒体表达自我、消极应对压力时,更易沉迷网络,产生群体性孤独<sup>[7-8]</sup>。单因素分析显示,大四学生群体性孤独得分低于其他年级学生,这可能与大四学生心智更加成熟,同时经历考研、实习、就业等有关,网络社交时间减少,由此

孤独感表现更弱。

本研究表明有留守经历的大学生群体性孤独得分更高,与范志宇等<sup>[9]</sup>研究结果一致,这可能与有留守经历学生时间与父母分离,只能被动通过社交媒体交流,缺乏与父母面对面互动,缺少必要的社会支持有关。亲子分离强化了孩子与父母之间的低频沟通模式,导致个体的情感需求无法及时得到满足,易感受到孤独感,因而投入更多情感到虚拟网络世界,以寻求心理支持<sup>[10]</sup>。有留守经历的学生更容易出现人际关系态度消极、人际关系敏感等心理问题<sup>[11]</sup>。

多重线性回归分析结果显示,群体性孤独感与社交媒体使用时长有关,日均社交媒体使用时间较长的大学生,其群体性孤独感更强,该结果与已有研究一致<sup>[12]</sup>。一方面,长时间网络社交,挤占了用于现实社交的时间与精力,分散了现实社交中的注意力,个体间的社会联系减少,因而获得正向反馈的现实社交活动感受减少,易产生孤独感<sup>[13]</sup>。另一方面,长时间网络社交,缺少眼神、肢体等非语言的情感交流,无法承载个体内心真实情感需求、给予个体真正需要的心理慰藉,不利于建立深度社交关系<sup>[14-15]</sup>,一旦脱离社交媒体,社交习惯就会改变,大学生社交需求得不到满足,会使其开始丧失独处的能力,社会适应能力降低,导致群体性孤独、社交媒体依赖等问题,影响大学生心理健康<sup>[16]</sup>。

综上所述,家庭、学校和临床工作人员在应对大学生群体性孤独时,需密切关注性别、有无留守经历、平均每天社交媒体使用时长这几个因素,帮助大学生排解消极情绪。同时,社会应给予留守儿童及留守经历大学生更广泛关注,努力为其成长创造和谐友爱的社会氛围;家长应及时主动与大学生沟通,给予其充分的理解和关心,提供积极的社会支持,建立良好的亲子关系及和谐融洽的家庭氛围。

另外,本研究也存在一定局限性:研究仅探讨了有限变量,横断面研究无法确定变量之间的因果关系;样本来源于某医学院校大学生,结果推广存在一定局限性。后续研究可进一步丰富研究内容,深入挖掘更多量表研究其影响因素,以增强研究的科学性和实用性。

## 参考文献:

- [1] 中国互联网络信息中心. 第55次《中国互联网络发展状况统计报告》[R/OL]. (2025-01-17)[2025-09-30]. <https://www.cnnic.net.cn/n4/2025/0117/c88-11229.html>.
- [2] 雪莉·特克尔. 群体性孤独:为什么我们对科技期待更多,对彼此却不能更亲密?[M]. 刘菁荆,译. 杭州:浙江人民出版社,2014.
- [3] 王晓玉,赖小冰,丁涛,等. 大学生群体性孤独量表的编制及初步评价[J]. 赣南医科大学学报,2025,45(9):881-885.
- [4] 丁聪颖,门辉华. 大学生依恋焦虑、孤独感与冲突性使用手机社交媒体的关系分析[J]. 职业与健康,2022,38(19):2703-2707.
- [5] 佟新. 社会性别研究导论:第2版[M]. 北京:北京大学出版社,2011.
- [6] 董及美,佟月华. 留守初中生孤独感与攻击性的关系:自尊的中介作用及性别差异[J]. 济南大学学报(社会科学版),2023,33(4):145-153.
- [7] 楚啸原,黄维锋,理原,等. 感知压力与大学生问题性网络游戏使用:有调节的中介模型[J]. 中国临床心理学杂志,2020,28(2):379-382.
- [8] YU S, MAO S, WU A M S. The interplay among stress, frustration tolerance, mindfulness, and social support in Internet gaming disorder symptoms among Chinese working adults[J]. *Asia Pac Psychiatry*, 2018,10(4):e12319.
- [9] 范志宇,吴岩. 亲子关系与农村留守儿童孤独感、抑郁:感恩的中介与调节作用[J]. 心理发展与教育,2020,36(6):734-742.
- [10] 刘凌,吴蕾. 留守经历对亲子关系的历时性影响研究:以湘赣两省为例[J]. 中国青年社会科学,2023,42(1):71-81.
- [11] 周全湘,余福强,万雁,等. 留守经历对中等职业学校学生心理健康影响的倾向匹配得分分析[J]. 中国学校卫生,2025,46(3):353-357.
- [12] LAPIERRE M A, ZHAO P, CUSTER B E. Short-term longitudinal relationships between smartphone use/dependency and psychological well-being among late adolescents[J]. *J Adolesc Health*, 2019,65(5):607-612.
- [13] TEPPERS E, LUYCKX K, KLIMSTRA T A, et al. Loneliness and Facebook motives in adolescence: a longitudinal inquiry into directionality of effect [J]. *J Adolesc*, 2014,37(5):691-699.
- [14] 辛小燕. 社交网络时代的大学生群体性孤独问题研究[D]. 南宁:广西大学,2017.
- [15] 成倩. 聚而不群:社交媒体时代青年“孤独社交”的现象透视与形成逻辑[J]. 当代青年研究,2023(5):74-84.
- [16] 殷娜娜,李丽霞,孟雨,等. 医学生社会适应能力现状调查及影响因素分析[J]. 中国医院统计,2022,29(5):383-387.

(收稿:2025-09-30)(修回:2025-11-10)

(责任编辑:尹丹)